

護理人員幽默與健康狀況之研究

蕭?伶;謝佳容;劉淑娟

Abstract

幽默能促進人類的身心健康，當壓力發生時，亦能發展成爲一種良好的因應策略；本研究旨在了解護理人員幽默及健康的關係。本研究採橫斷式設計，以問卷調查法進行研究，並以方便取樣原則，選取 230 名臨床護理人員爲研究對象，進行結構式量表填答。研究工具包括幽默量表，可分爲幽默因應、幽默態度、幽默創造、笑的傾向及幽默感五個次量表；而護理人員健康狀況的測量工具則爲生活壓力、睡眠品質、健康感受及身心症狀四個量表。以描述性和相關性統計進行分析。結果發現樣本皆爲女性，年齡介於 21-62 歲，平均年齡爲 30.77 ± 7.82 歲。護理人員總體幽默感之平均爲 2.83 ± 26 分（總分 4 分），其中得分最高爲幽默態度，另以年齡變項影響護理人員的幽默因應及幽默創造最爲顯著。研究對象的工作壓力感受最高。護理人員的生活壓力與整體幽默、笑的傾向及幽默感呈統計上之顯著負相關。本研究建議需重視培養護理人員的幽默感，且研究結果將可作爲未來護理教育暨行政管理之訓練計畫及臨床實務的參考。